



Liebe Patientin, lieber Patient!

Mit diesen ergänzenden Informationen möchten wir Sie mit dem Mineralstoff Magnesium und seiner lebenswichtigen Bedeutung für unseren Organismus vertraut machen.

Magnesium ist ein Mineralstoff, ohne den kein Leben möglich wäre! Denn dieses Mineral ist für mehr als 300 verschiedene Stoffwechselprozesse in unserem Körper notwendig. Der Normalbedarf eines gesunden Menschen liegt bei 300 bis 350 mg Magnesium am Tag.

Es ist nicht immer sehr einfach, den Magnesiumbedarf zu decken, da magnesiumreiche Lebensmittel oft auch kalorienreich sind. Außerdem tragen die Magnesiumverarmung der landwirtschaftlichen Anbauflächen und damit der Pflanzen, die Verwendung von raffiniertem Zucker, hoch ausgemahlenem weißem Mehl und rieselfähig gemachtem Speisesalz zur Entstehung eines Magnesiummangels bei. Schließlich spielen die modernen Ernährungsgewohnheiten gerade jüngerer Menschen und eine verminderte Nahrungsaufnahme im höheren Alter eine wichtige Rolle.

Im Magnesiummangel wird die Muskulatur krampfanfälliger. Dies kann zu Waden- und Zehenkrämpfen, vor allem nachts, aber auch zu Verkrampfungen im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich führen. Wie viel Magnesium Sie benötigen richtet sich nach dem Auftreten und dem Grad der Beschwerden. Halten Sie sich deshalb – falls Ihr Arzt es nicht anders verordnet hat – an die Dosierungsanleitung der Gebrauchsinformation. Und wenn Ihnen Magnesiocard® 5 mmol geholfen hat: teilen Sie dies doch Ihrem Arzt oder Apotheker mit, denn auch sie werden sich über den Behandlungserfolg freuen!

Bei Interesse senden wir Ihnen gern eine Patientenbroschüre zu Magnesiocard®.

Verla-Pharm wünscht Ihnen rasche Genesung und gute Gesundheit!

**Lebens-
wichtiger
Mineralstoff**

**Ein Mangel
kann viele
Ursachen
haben...**

**...und
führt zu
Beschwerden**

Magnesiocard® 5 mmol



4



Gebrauchsinformation

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage/Gebrauchsinformation sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.

Dieses Arzneimittel ist auch ohne ärztliche Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss Magnesiocard® 5 mmol jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn sich Ihr Krankheitsbild verschlimmert oder nach 4-6 Wochen keine Besserung eintritt, müssen Sie einen Arzt aufsuchen.

1. Was ist Magnesiocard® 5 mmol und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 5 mmol beachten?
3. Wie ist Magnesiocard® 5 mmol einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Magnesiocard® 5 mmol aufzubewahren?
6. Weitere Angaben

Magnesiocard® 5 mmol

Wirkstoff: Magnesiumaspartat-hydrochlorid

Der arzneilich wirksame Bestandteil ist Magnesiumaspartat-hydrochlorid 3 H₂O.
1 Beutel mit 5 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen enthält:

Magnesiumaspartat-hydrochlorid 3 H₂O 1229,6 mg.
Magnesiumgehalt: 5 mmol = 121,5 mg.

*Die sonstigen Bestandteile sind:
Sucrose, Citronensäure, Saccharin-Natrium, Macrogol 6000, Lactose, Zitronenaroma.*

Magnesiocard® 5 mmol ist in Packungen mit 20 (N1), 50 (N2), 100 (N3) und 500 Beuteln mit je 5 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen erhältlich.

1. Was ist Magnesiocard® 5 mmol und wofür wird es angewendet?

- 1.1 Magnesiocard® 5 mmol ist ein Mineralstoffpräparat
- 1.2 von: Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing, www.verla.de
- 1.3 Magnesiocard® 5 mmol wird angewendet bei nachgewiesenem Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (neuromuskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist.
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 5 mmol beachten?
 - 2.1 Magnesiocard® 5 mmol darf nicht eingenommen werden:
 - wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegenüber dem Wirkstoff oder einem der sonstigen Bestandteile von Magnesiocard® 5 mmol sind,

www.verla.de



1

- wenn Sie an einer schweren Nierenfunktionsstörung mit Ausscheidungshemmung oder Flüssigkeitsmangel des Körpers leiden oder zu Infektsteinen (Calcium-Magnesium-Ammoniumphosphatsteine) neigen.
- wenn Sie an der seltenen, erblichen Fructose-Unverträglichkeit, einer Glucose-Galactose-Malabsorption oder einem Sucrase-Isomaltase-Mangel leiden.

2.2 Besondere Vorsicht bei der Einnahme von

Magnesiocard® 5 mmol ist erforderlich, wenn Ihre Nierenfunktion eingeschränkt ist; dann sollten Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 5 mmol Ihren Arzt fragen.

Kinder:

Geben Sie dieses Arzneimittel an Kinder unter 4 Jahren nur nach Rücksprache mit dem Arzt, da bisher keine ausreichenden Erfahrungen für diese Altersgruppe vorliegen.

Schwangerschaft:

Magnesiocard® 5 mmol kann in der Schwangerschaft angewendet werden.

Stillzeit:

Magnesiocard® 5 mmol kann in der Stillzeit angewendet werden.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

Wichtige Warnhinweise über bestimmte Bestandteile von Magnesiocard® 5 mmol:

1 Beutel (5 g) Magnesiocard® 5 mmol enthält 3,2 g Sucrose (Zucker) entsprechend ca. 0,26 Broteinheiten (BE). Wenn Sie eine Diabetes-Diät einhalten müssen, sollten Sie dies berücksichtigen.

Der häufige und dauernde Gebrauch von

Magnesiocard® 5 mmol kann schädlich für die Zähne sein (Karies).

2.3 Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln:

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden bzw. vor kurzem angewendet haben, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

Die Wirkung nachfolgend genannter Arzneistoffe bzw. Präparategruppen kann bei gleichzeitiger Behandlung mit Magnesiocard® 5 mmol beeinflusst werden.

Bestimmte Antibiotika (Tetracykline) und Natriumfluoridpräparate sollten zeitlich 3-4 Stunden versetzt zu Magnesiocard® 5 mmol eingenommen werden, um eine gegenseitige Beeinträchtigung der Aufnahme ins Blut zu vermeiden.

3. Wie ist Magnesiocard® 5 mmol einzunehmen?

Nehmen Sie Magnesiocard® 5 mmol immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

3.1 Als mittlere Tagesdosis empfiehlt sich 0,185 mmol Magnesium (4,5 mg) pro kg Körpergewicht. Bei chronischen und schweren akuten Magnesium-Mangelzuständen kann die Tagesdosis, falls keine Gegenanzeigen vorliegen, bis zur Beseitigung des Mangels unbedenklich auf 0,37 mmol Magnesium (9 mg) pro kg Körpergewicht erhöht werden.

Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis:

Erwachsene und Jugendliche:

1 Beutel 3 mal täglich (entsprechend 364,5 mg Magnesium).

Kinder von 10 - 14 Jahren:

1 Beutel 2 mal täglich (entsprechend 243,0 mg Magnesium).

Kinder von 4 - 9 Jahren:

1 Beutel 1 - 2 mal täglich (entsprechend 121,5 - 243,0 mg Magnesium).

Magnesiocard® 5 mmol sollte täglich über mindestens 4 Wochen eingenommen werden. Auch eine Dauertherapie mit Magnesiocard® 5 mmol (über Jahre) ist bei normaler Nierenfunktion unbedenklich, da überschüssiges Magnesium über die Niere ausgeschieden wird.

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Magnesiocard® 5 mmol zu stark oder zu schwach ist.

3.2 Art der Anwendung:

Verrühren Sie bitte den Inhalt eines Beutels in einem halben Glas Wasser, Tee oder Fruchtsaft und trinken Sie den Inhalt des Glases vollständig aus. Magnesiocard® 5 mmol sollte vor dem Essen eingenommen werden, da sich dadurch die Aufnahme vom Magen-Darmkanal in den Blutkreislauf verbessert.

3.3 Wenn Sie eine größere Menge Magnesiocard® 5 mmol eingenommen haben, als Sie sollten, können die unter Punkt 4.1 angegebenen Nebenwirkungen verstärkt auftreten.

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Magnesiocard® 5 mmol Nebenwirkungen haben.

Die Aufzählung umfasst alle bekannt gewordenen Nebenwirkungen unter der Behandlung mit Magnesiumaspartat-hydrochlorid, auch solche unter höherer Dosierung oder Langzeittherapie. Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrundegelegt:

Sehr häufig: mehr als 1 von 10 Behandelten
Häufig: weniger als 1 von 10, aber mehr als 1 von 100 Behandelten

Gelegentlich: weniger als 1 von 100, aber mehr als 1 von 1000 Behandelten

Selten: weniger als 1 von 1000, aber mehr als 1 von 10 000 Behandelten

Sehr selten: weniger als 1 von 10 000 Behandelten, einschließlich Einzelfälle.

4.1 Nebenwirkungen:

Gelegentlich können weiche Stühle auftreten, die unbedenklich sind. Sie können Folge einer hochdosierten Magnesiumbehandlung sein. Selten kann es bei hochdosierter und lang andauernder Einnahme des Präparates zu Müdigkeitserscheinungen kommen. Dies kann ein Hinweis darauf sein, dass bereits eine erhöhte Magnesiumkonzentration im Blut erreicht ist.

4.2 Gegenmaßnahmen:

Beim Auftreten störender Durchfälle ist die Tagesdosis zu verringern.

4.3 Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind.

5. Wie ist Magnesiocard® 5 mmol aufzubewahren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf der Faltschachtel und dem Beutel angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

Aufbewahrungsbedingungen:

Nicht über 25°C aufbewahren.

Stand der Information: Dezember 2005

6. Weitere Angaben

Magnesiocard® 5 mmol ist glutenfrei.